

2-Sterne-Koch Rolf Fliegau über Kochen auf 1.800 Metern Höhe und neue Gerichte

Ascona, 25. Mai 2022 – Von April bis Oktober kocht der deutsche 2-Sterne-Koch Rolf Fliegau im Tessin und im Winter im Oberengadin. Von Ascona nach St. Moritz ist es nicht nur landschaftlich ein riesiger Schritt, auch höhenmäßig und klimatisch sind die beiden Schweizer Kantone unterschiedlicher, wie sie nur sein können. Rolf Fliegau hat sowohl im [Giardino Ascona](#) als auch im [Giardino Mountain](#) in St. Moritz für sein Restaurant Ecco jeweils 2 Michelin-Sterne und 18 GaultMillau Punkte erkocht.

Im Winter kochen Sie auf über 1.800 Metern Höhe in St. Moritz, im Sommer geht es runter auf knapp 200 Meter in Ascona. Welchen Unterschied macht das bei der Zubereitung der Speisen?

RF: „Für die einzelnen Speisen macht es weniger einen Unterschied außer, dass sich die Kochzeit z.B. bei Eiern ändert, und man bei Rezepten mit geschlagenem Eiweiß wie bei einem Soufflé oder bei Macarons aufpassen muss. Der Siedepunkt sinkt mit steigender Höhe. Vor allem gibt den Unterschied aber die Natur durch die Saisonzeiten vor. So ist die Karte im Winter doch eher von den typischen Wintergemüsen geprägt.“

Woher nehmen Sie die Einfälle und Inspirationen für Ihre Gerichte?

RF: „Also, dass ich am Morgen aufwache und mir spontan drei neue Gerichte einfallen, so ist es leider nicht. Inspiration hat viel mit harter Arbeit zu tun. Wir setzen uns stark mit der Materie auseinander, greifen auf einen enormen Erfahrungsschatz zurück, probieren aber auch viel Neues aus. Ich spreche von „wir“, da mein ganzes Team in diesem Prozess integriert ist und starken Input mitbringt.“

Die Zahl derer, die sich vegetarisch ernähren nimmt stetig zu. Hat das Auswirkungen auf die Sterneküche? Erwarten Ihre Gäste mehr vegetarische Gerichte auf der Karte?

RF: „In der Tat, die Nachfrage nach vegetarischem Angebot ist in den letzten Jahren stark gestiegen. Bei uns findet man allerdings seit jeher vegetarische Gerichte auf der Karte und auch ein rein vegetarisches Menü.“

Was kocht Rolf Fliegau für gute Freunde zuhause bei sich?

RF: „Die große Oper gibt es im Ecco, zuhause heißt es easy. Das ist oft eine gute Salsiz, ein toller Bergkäse, Sauerteigbrot und ein paar Kondiments... und natürlich eine gute Flasche Champagner oder einen Rotwein.“

Jetzt haben wir Spargelzeit. Wie bereitet Rolf Fliegau einen Spargel zu?

RF: „Wir haben gerade ein herrliches Gericht auf der Karte ‚Spargelsalat mit geeister Hollandaise‘. Dazu kommen bei uns noch Frühlingskräuter und eine Räucherfisch Beurre Blanc. Zum Nachkochen empfehlen wir den Spargel mit der geeisten Hollandaise. Der Spargel wird im Wasser klassisch mit Salz, Zucker und Zitrone gekocht kaltgestellt und dann mariniert. Die Sauce Hollandaise kommt später als cremiges Eis dazu. Ein herrliches Essen um diese Jahreszeit, dazu einen Sauvignon Blanc und die Welt ist in Ordnung.“

1. Marinierter Spargel (4 Personen)

Zutaten

- 8 Stangen geschälter weißer Spargel
- Salz
- Zucker
- Zitrone
- weißer Balsamicoessig
- frische Limone
- Haselnussöl
- kaltgepresstes Rapsöl

Zubereitung

Wasser aufkochen, mit Salz, Zucker und Zitrone abschmecken und den geschälten Spargel für ca. 5 Minuten (je nach Dicke) darin kochen, herausnehmen, die Stangen im Kühlschrank kurz abkühlen und danach portionieren. Anschließend den Spargel mit etwas frischer Zitronenzeste und Saft, etwas weißem Balsamicoessig, sowie Haselnussöl und Rapsöl marinieren und mit Salz und Pfeffer würzen.

2. Geeiste Hollandaise

Zutaten geeiste Hollandaise

- 250g Reduktion (Rezept siehe unten)
- 30g Eigelb
- 1,5g Eisstabilisator
- 10g Dextrose
- 10g Glukosepulver
- 110g braune Butter

GIARDINO

ASCONA

Zutaten Reduktion

- 10g Butter
- 110g Schalotten
- 6 St. schwarze Pfefferkörner
- 2 St. Lorbeerblätter
- 1 Liter Weißwein

Butter in einen Topf erwärmen und die Schalotten leicht darin dünsten, restliche Zutaten zugeben und solange einkochen, bis 250 ml Flüssigkeit übrigbleiben.

Zubereitung geeiste Hollandaise

Reduktion mit Dextrose, Glukosepulver und dem Stabilisator aufkochen und für eine Nacht im Kühlschrank lassen. Die Masse in den Thermomix geben und die flüssige braune Butter mixen, mit Salz, etwas Cayennepfeffer und Zitronensaft abschmecken und in der Eismaschine frieren. Spargel dekorativ übereinander anrichten und eine Nocke Hollandaise Eis an die Seite geben.

Über die Giardino Group

Zur Giardino Gruppe zählen insgesamt drei Häuser: Die Fünf-Sterne-Hotels Giardino Ascona und Giardino Mountain in St. Moritz und das Boutique-Hotel Giardino Lago in Minusio bei Locarno, das direkt am Lago Maggiore liegt. Für den Sommer in den Engadiner Bergen passt sich das Hotelkonzept in Champfèr als Bed & Breakfast ohne Sterneklassifizierung den Bedürfnissen der Sommergäste an. Kulinarisch haben sich die Giardino Hotels bereits einen internationalen Namen gemacht. Chefkoch Rolf Fliegau hat für die Hotels in Ascona und St. Moritz im Restaurant Ecco je zwei Michelin-Sterne erkocht. Fliegau wurde außerdem 2019 mit 18 Punkten vom GaultMillau Schweiz als Aufsteiger des Jahres ausgezeichnet. Hinter dem Namen Hide & Seek verbirgt sich das zweite Restaurantkonzept der Hotels in Ascona und St. Moritz. Hier wird innovative, leichte und aromatische Küche mit Produkten und Zutaten aus der jeweiligen Region zelebriert. Die Speisekarte des Restaurants Lago im Giardino Lago ist inspiriert von der Küche Italiens und interpretiert traditionelle Gerichte auf moderne, leichte Art. 2016 wurde das Ayurveda-Kompetenzzentrum in Ascona gegründet und im selben Jahr auch in St. Moritz eröffnet. Außerdem verfügen die zwei Häuser über ein dipiù Spa mit der eigenen Kosmetiklinie dipiù.

Pressekontakt:

Global Communication Experts GmbH
Claudia Dressler | Sieglinde Sülzenfuhs
Brabanter Straße 4, 80805 München
Tel.: +49 89 - 2153793 –82 oder - 84
E-Mail: giardinogroup@gce-agency.com
claudia.dressler@gce-agency.com
sieglinde.suelzenfuhs@gce-agency.com
Internet: www.gce-agency.com